

Familias de Militares

¿Qué está sucediendo?

En casi todas las comunidades viven familias de militares. Algunos padres en las fuerzas militares pueden encontrarse en servicio activo y vestir su uniforme todos los días. Otros padres pueden pertenecer a la Guardia Nacional o a las Reservas del Ejército y solo usar un uniforme cuando son llamados al servicio activo durante ciertos períodos.

Estas familias enfrentan un estrés particular. El padre militar debe enfrentar las ausencias periódicas y el estrés asociado con las transiciones tales como prepararse para el servicio o volver a integrar la vida civil. Los niños de las familias militares experimentan desafíos relacionados con el servicio del padre:

- El padre puede ausentarse de la familia y, en algunos casos, de manera riesgosa debido al despliegue.
- Los niños deben adaptarse al regreso del padre y a su reintegro a la familia.
- Muchos niños de militares enfrentan una serie de transiciones tales como mudanzas frecuentes, cambios de escuela y adaptarse a nuevos cuidadores.

El cónyuge, pareja o miembro de la familia adicional puede tener que enfrentar nuevas y mayores responsabilidades mientras que el padre militar está ausente. Todo esto puede agregar estrés a la unidad familiar y hacer que la ya difícil tarea de la crianza de los hijos sea aun más difícil.

Lo que usted puede ver:

- Un padre en uniforme en su vecindario, escuela, lugar de culto u otro lugar de la comunidad
- Una madre o padre civil criando a sus hijos solo o sola durante períodos extensos
- Un abuelo o abuela, tía, tío u otro miembro adicional de la familia cuidando a un niño con un padre militar alistado
- Modificaciones en la conducta de un niño, ya sea manifestándose o retrayéndose cuando el padre militar está ausente.

Qué puede hacer:

Solidaridad con los padres

Busque oportunidades para agradecer y expresar su reconocimiento por el servicio que esta familia brinda a nuestro país. Invite a los padres y a los hijos a compartir sus experiencias de la vida militar.

Relaciones sociales

Acérquese y conozca a sus vecinos militares, en particular si sirven en la Guardia Nacional o las Reservas. Inclúyalos en las oportunidades de recreación, participación y crecimiento del vecindario y la comunidad. Hágase amigo y ofrezca una mano. No espere a que su vecino le pida ayuda: ofrézcase a cortar el césped, compartir una comida, ayudar en pequeñas reparaciones de la vivienda o brinde algún respiro ofreciéndose para cuidar a los niños por algunas horas.

Apoyo concreto en tiempos de necesidad

Comparta información sobre los recursos comunitarios, en particular sobre aquellos que ofrecen apoyo en momentos de necesidad. Pregunte a los padres militares qué recursos pueden ayudarlos cuando se trasladan al estado de servicio activo o cuando enfrentan una separación relacionada con las actividades militares y ayúdelos a ponerse en contacto con estos apoyos de manera temprana.

Conocimiento de la crianza de los hijos y el desarrollo infantil

Los padres militares y los demás cuidadores de la familia pueden necesitar ayuda adicional para entender cómo las transiciones, la separación y la ansiedad pueden afectar la conducta de su hijo. Entender que esos cambios de comportamiento y sus manifestaciones o retraimiento son normales y esperables puede hacer que sea más fácil manejar estos desafíos.

Desarrollo social y emocional de los hijos

Si usted tiene niños de familias de militares en su programa o vecindario, invítelos a compartir sus pensamientos y sentimientos sobre las separaciones y experiencias que pueden estar experimentando. Si planifica actividades para niños en su comunidad, recuerde crear una manera en la que un niño con un padre distante pueda participar.

Esta hoja de consejos fue creada con información de expertos en organizaciones nacionales que trabajan para proteger a los niños y fortalecer a las familias. Para descargar esta publicación o para obtener más consejos para los padres (en inglés), vea: www.childwelfare.gov/preventing/promoting/parenting o llame al 1.800.394.3366.